

# La vida viene con Exigencias

*Usted equilibra muchas cosas: trabajo, hogar, familia y más. No tiene que hacerlo solo. Estamos aquí para ayudarlo a que se estrese menos y viva más.*



*Llame hoy y aproveche estos servicios. Arranque la tarjeta para billetera que se encuentra debajo y téngala a mano.*



Acceso confidencial las 24 horas



## Confidencial

**Estamos aquí para usted y los miembros de su grupo familiar las 24 horas del día, los 365 días del año. Es gratis y confidencial.**

Las declaraciones citadas son solo para fines ilustrativos. No reflejan eventos experimentados por un participante real.

**Aetna Resources For Living<sup>SM</sup> es el nombre comercial usado para los productos y servicios ofrecidos a través del grupo de compañías subsidiarias de Aetna (Aetna). El programa EAP está administrado por Aetna Behavioral Health, LLC. En California para los planes Knox-Keene Aetna Health of California, Inc. y Health and Human Resources Center, Inc.**

Todas las llamadas del programa EAP son confidenciales, excepto que la ley exija lo contrario. Este material es solo a fines informativos. Contiene solo una descripción parcial y general de los programas y servicios y no constituye un contrato. Los instructores, educadores y proveedores participantes de la red del programa EAP son contratistas independientes y no son ni agentes ni empleados de Aetna. Aetna no dirige, gestiona, supervisa ni controla los servicios individuales provistos por estas personas y no asume ninguna responsabilidad por los servicios que brindan y, por lo tanto, no puede garantizar ningún resultado. La disponibilidad de algún proveedor en particular no puede estar garantizada y está sujeta a cambios. Se considera que la información es precisa a la fecha de producción. Sin embargo, está sujeta a cambios. Para obtener más información con respecto a los planes Aetna, consulte [aetna.com](http://aetna.com).

44.02.948.2-ARFL C (5/19)

©2019 Aetna Inc.



# Vida

**Ayuda diaria  
para la vida diaria**  
Aetna Resources For Living<sup>SM</sup>



# Su salud y Bienestar



*“Mi salud cuenta. Aetna Resources For Living me ayudó a manejar mi estrés y a relajarme. Ahora puedo dormir mejor, respirar más y sentirme como la mejor versión de mí mismo”.*



## La vida pasa

### Estrésese menos. Viva más.

Encuentre apoyo emocional hablando con uno de nuestros consejeros. Cualquiera sea su meta, nuestro consejero puede ayudarlo a:

- Manejar su estrés
- Mejorar sus relaciones
- Superar la depresión
- Lidiar con el abuso de sustancias y otras adicciones
- Reducir la ansiedad y más

Conéctese cara a cara, por streaming de video o consiga el apoyo in-the-moment por teléfono.

Echa un vistazo a los recursos de video, artículos, evaluaciones, webinars y más.

**Sin importar lo que necesite,  
estamos aquí para usted.**

## Trabajo y vida Equilibrar



*“Cuando me promovieron, realmente necesité gestionar mi tiempo. Aetna Resources For Living me enseñó que puedo disfrutar del éxito sin abandonar mi cordura ni mis relaciones”.*

**Aetna Resources For Living<sup>SM</sup>**

Todas las llamadas del programa EAP son confidenciales, excepto que la ley exija lo contrario. Este material es solo a fines informativos. Contiene solo una descripción parcial y general de los programas y servicios y no constituye un contrato. Sin embargo, está sujeta a cambios. Para obtener más información con respecto a los planes Aetna, consulte [aetna.com](https://www.aetna.com).

44.02.948.2-ARFL C (5/19)

©2019 Aetna Inc.